

辽宁足球当乘势而起

朱才威

U23国足历史性闯入亚洲杯决赛，既是中国足球回暖的信号，又是辽宁足球振兴的重要契机。站在新起点，辽宁足球应乘势而起，以更大决心、更足干劲、更优举措，为中国足球振兴贡献新的更大力量。

“无辽不成军”，曾是辽宁足球最真实的写照，但随着职业足球下滑、老牌球队解散、青训人才断层，这片足球沃土一度陷入沉寂，国脚数量锐减，后备力量青黄不接。如今，伴随中国足球回暖的脚步，大连英博队、辽宁铁人队双双跻身中超，辽宁女足升入女超，国字号球队的辽宁籍球员数量稳步回升，辽宁足球迎来重振雄风的黄金窗口期。

乘势而起，关键在于抓住青训根基、激活职业足球龙头。辽宁职业足球以中超球队为引领，完善青训体系。中国足球（北方）训练基地、省级青训中心落地生根，“辽小虎杯”等赛事覆盖全年龄段，每年超千名青少年接受专业足球训练，校园足球、社会青训与职业足球的人才通道逐步打通，为振兴足球筑牢人才基石。

乘势而起，根本在于强化担当、久久为功。辽宁作为体育大省、足球大省，振兴足球是历史使命，更是发展机遇。全省正统筹推进校园足球、精英青训、职业足球、社会足球、足球产业、足球文化，实行全链条发展，完善政策保障，加大投入力度，力争将辽宁打造成为全国足球改革发展的前沿阵地和人才输送基地。

乘势而起，核心在于举措创新、区域协同。全力谋划的“东北超”联赛，正是辽宁足球振兴的关键一招。这项以城市为单位、以本土球员为主体的区域联赛，旨在激活辽吉黑蒙足球资源，搭建人才储备与交流平台，强化地域足球认同，推动东北足球一体化发展。它不仅是一项体育赛事，更是撬动区域文体旅融合、赋能东北全面振兴的重要载体，让足球真正扎根群众、惠及民生。

潮平岸阔，风正帆悬。随着中国足球回暖，辽宁足球振兴其时已至、其势已成，需脚踏实地，真抓实干，让“无辽不成军”的盛况早日重现。

这才是中国足球该有的样子

本报记者 朱才威



21日凌晨，2026年U23亚洲杯半决赛，中国U23男足3:0完胜越南队，队史首次闯入该项赛事决赛。这是时隔22年，中国国字号足球队再度跻身亚洲顶级赛事决赛。这场3:0的大胜，打出了中国足球久违的精气神，为中国足球注入了信心——这才是中国足球该有的样子！

透过这场胜利人们发现，中国足球正走在正确的轨道上。

图为1月21日，U23国足在比赛后合影。新华社发



越战越勇

U23国足的高光时刻

关键数据更具说服力：本届U23亚洲杯中国队以零失球进入决赛，创下洲际大赛决赛队全新纪录；小组赛0:0战平伊拉克队、1:0战胜澳大利亚队、0:0战平泰国队，首次晋级淘汰赛；1/4决赛点球4:2淘汰乌兹别克斯坦队；半决赛3:0大胜越南队，传球准确率81.3%。

U23国足主帅安东尼奥半决赛后坦言：“这场胜利，是队员们日复一日打磨技术、执行战术的结果。我们要的不是偶然胜利，而是可持续进步。”半决赛中，U23国足球员敢拿球、敢配合、敢对抗，高压下处理球从容不迫，这是技术打底、战术成型、心态成熟的体现。

梯队崛起

从U16到U23“全线飘红”

U23国足的突破，不是孤立亮点，而是中国足球青训体系厚积薄

发的缩影。近两年，中国各级国字号青年足球队在亚洲赛场集体发力，比赛成绩与比赛内容双提升。

2025年U16亚洲杯，U16国足预选赛三战全胜，进42球0失球，以小组第一的身份晋级U17亚洲杯决赛阶段，球队场均控球率65%、传球成功率超78%，技术流打法初见雏形；2025年U17女足世界杯，中国队小组赛2胜1负，历史性小组出线，创最佳战绩。从“将输球进行到底”到能赢能平，从“身体流”到“技术流”，中国足球的青年军正实现从量变到质变的跨越。

成绩背后，是中国足球青训体系的系统性重构。中国足球当下的转折来自顶层设计：2025年2月，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于推进足球振兴发展的意见》，明确指出构建国家、大区、省、市、县

五级青训中心；2025年7月，全国足球工作会议强调发挥新型举国体制优势，政府担主责抓青少年精英培养，重塑青训体系。国家体育总局、中国足协部署，各地加快五级青训中心建设，把青训工作抓住抓好。

技术为王

找回中国足球的“灵魂”

近年来，中国足球走弯路，深刻教训是丢掉“技术灵魂”。在功利思维影响下的青训急于求成，过度追求身体对抗与简单直接，磨平了球员的灵性与创造力，年轻球员脚下“活儿”不细，怕逼抢。

如今中国足球回归正途：从U7至U8开始强化基本功，每天保证1000次以上高质量触球；坚持技术流打法，鼓励对抗中拿球、压力下配合、进攻中创造。辽宁足球名宿李应发强调：“球场上的从容，来自成千上万次正确触球。中国足球的未来，必须建立在个人技术+攻势足球基础上。”U23国足的胜利，正是

这一理念的生动实践。

振兴之路

沉下心，做对事，要坚持

U23国足闯入决赛，是中国足球振兴的新起点。中国足球振兴之路还很长且无捷径，需要沉下心把基础做对、做好、做精。

如李应发所说，要让更多孩子爱上足球、踢上足球；坚持技术为王，培养有灵性、有创造力、有战术素养的球员。同时，持续完善五级青训体系，让政府主导、社会参与、市场运作的青训模式落地生根。一代接一代干，用十年、二十年坚持换来中国足球的真正崛起。

“感谢青训路上默默耕耘的同行者。我们做的是打基础的事，今天每一分努力，都是明天中国足球的底气。”中国足协主席宋凯指出，U23国足3:0胜越南只是开始，当各级青年队集体崛起、青训体系重构完成，技术足球回归主流，中国足球的振兴就不再遥远。

朴俊杰：赢球才有未来

本报记者 李翔

1月21日凌晨结束的U23亚洲杯半决赛，曾出任U19国足助理教练的沈阳足球名宿朴俊杰在家中全程观战。目睹U23国足大胜，朴俊杰难掩激动之情：“对于中国足球来说，这是一场鼓舞人心的胜利，意义非常重大！”

对于U23国足赢球的关键，朴俊杰分析道：“上半场比赛，其实双方旗鼓相当。我们利用角球得分之后，比赛平衡被打破，越南队急于扳平比分，给了我们反击的机会。尤其是第三个进球，我们的进攻球员比对方防守球员还多。”朴俊杰直言，彭啸打破僵局的进球至关重要。此前绝杀澳大利亚队的进球，也来自定位球，U23国足对于定位球机会的把握值得称道。

U23国足的点球同样可圈可点。在球员时代，朴俊杰是沈阳队的“点球专家”，主罚点球从未失手，他的点评极具含金量。“点球能不能进，看主罚球员的眼神就能看个八九不离十。与乌兹别克斯坦队的点球大战，咱们的主罚队员都非常自信，眼神中透着坚定，这一定源于平时训练和备战过程中轻松的氛围。”朴俊杰说。

当然，点球大战中表现最出色的还是门将李昊。本届U23亚洲杯，李昊已经480分钟不失球，是球队在本届赛事中最耀眼的明星。也正因此，外界有部分声音质疑U23国足打法难看，但朴俊杰坦言：“我很赞同一句

话，不要说未来会赢球，而是赢球才有未来。事实上，很多关注U23国足的人并未完整地看比赛，而是早上起来看一眼比赛结果。对现阶段的中国足球来说，需要用成绩来证明自己。只有取得优异的成绩，才能为自己搏出一个光明的未来。”

朴俊杰告诉记者：“中国队的战术意图，就是放弃部分控球和进攻来实现零失球，这是教练组根据对手情况作出的有针对性布置。‘摆大巴’也需要技术含量，不是你防守就一定守得住。U23国足能够坚决贯彻教练意图，具备这样的战术纪律性和执行力是非常难得的。”

另外，在半决赛中，主教练安东尼奥大胆进行了人员轮换，且效果非常理想。朴俊杰认为：“这说明中国足球在这个年龄段有充足的人才储备，这是中国足球深耕青训取得的阶段性成果。”朴俊杰表示，“对于辽宁足球青训来说，这很有借鉴意义，只有提升足球人口基数，扩大选材范围，才能涌现出更多的希望之星。”

1月24日23时，U23国足将与日本队争夺本届赛事冠军。这场决赛，U23国足需要做好哪些方面呢？“和日本队相比，U23国足的技术肯定不占优，但身高和身体对抗能力是强项，U23国足如果能扬长避短，稳固防守，在确保不失球的前提下，通过把握反击和定位球争取破门，就有很大的夺冠希望。”朴俊杰说。

“从安东尼奥身上学到很多东西”

本报记者 赵博文

正在海口带领球队进行冬训的大连英博队主教练李国旭非常关注U23国足赛事，他的弟子毛伟杰就在这支U23国足阵容中。虽然出场机会有限，但在李国旭看来，这次征战对毛伟杰来说收获不小。“毛伟杰上场之后敢做动作、敢拼抢，这就是成功。跟着队伍一起成长，充分感受大赛氛围，对他回来征战中超联赛会有帮助。”

本届U23亚洲杯对李国旭的触动很大。“从安东尼奥身上学到很多东西。”李国旭打开了话匣子，他告

诉记者，外界普遍看到的是U23国足主帅安东尼奥的防守反击战术，但他看到了更深的方面。“安东尼奥把队伍的位置摆得非常恰当，在比赛的每个时间段对队员执行力提出极高要求，这种全时段的战术执行力和清晰的定位才是U23国足成功的关键。”李国旭说。

在联赛中，李国旭以善于发掘年轻球员、愿意给年轻球员机会而闻名。“如今的中超联赛，各个俱乐部都开始重用年轻球员，给他们的机会越来越多，这些年轻球员也很

好地把握住了机会。”李国旭坦言，年轻球员在中国足球如今的低谷期迎来机会，他们没有心浮气躁，而是沉下心来执行战术，在场上展现出精气神儿，这正是中国足球目前最需要的东西。“更新换代不是喊口号，既需要教练敢于起用年轻球员，更需要年轻球员有良好的执行力和在赛场上的踏实态度一点点实现。”

李国旭认为，这种务实的作风，也是辽宁足球应该着重强调的。“大连足球乃至辽宁足球的青年才俊越来越多，而且逐渐成为队里的中坚

力量，我觉得这是好事儿。”新赛季是大连英博队进入中超的第二个赛季，面对“中超二年级处境最难”的严峻考验，李国旭希望U23国足的成功经验中汲取养分。

“无论是我执教英博队，还是大连足球、辽宁足球的未来发展，都需要采取务实的态度，足球发展不可能一步登天。”李国旭直言，英博队要先做到能和强队“掰手腕”，再不断按照足球发展规律壮大实力，“先站稳脚跟，再谈拔高”才是低谷中求发展的靠谱路径。

从国脚数量看辽宁足球复苏

本报记者 朱才威

U23亚洲杯半决赛补时阶段，大连英博队球员毛伟杰替补登场，成为场上唯一的辽宁籍球员。此番亮相，也是辽宁足球重返国字号球队的一个缩影。

曾几何时，“无辽不成军”是中国足坛的共识。但随着中国足球整体下滑，辽足、大连人等老牌球队解散，辽宁国脚一度凤毛麟角，青训人才断层，选材、训练、比赛等难题困扰着这片足球沃土。

转机，随着中国足球的回暖悄然到来。本届U23亚洲杯，毛伟杰的人选与登场，正是辽宁足球复苏的信号。此前，大连英博队球员朱鹏宇携手队友吕焱焱入选邵佳一执教的国家队。此外，大连英博队的廖锦涛、杨铭锐、邓捷夫、聂鑫、彭顺杰以及辽宁铁人队的张家鸣、宁正轩、吴明鸣等球员近年来曾多次入选各级国家队。中国女足方面，王爱芳、侯舒桐等十余名辽宁球员跻身国字号梯队。国脚数量回升，是辽宁足球振兴最直观的表现。

国脚增多，源于职业足球的重新崛起。大连英博队实现从中乙到中超的“三级跳”，上赛季在中超站稳脚跟；辽宁铁人队梯队建设完善，



辽宁女足球员王爱芳(射门者)多次入选国家队。 辽宁女足俱乐部供图

上赛季成功冲超；辽宁女足也是连升三级跻身女超，上赛季以“黑马”姿态斩获联赛第三名。

大连英博足球俱乐部总经理陈东的话道出了球队实力不断提升的关键：球队以大连籍青训球员为班底，给年轻人足够机会，既保证战斗力，又夯实人才基础。辽宁女足主教练马琳直言，成功没有秘密，就是一天三练，用汗水换成绩。

职业队的回暖，离不开青训根基的重塑。政策层面，我省近年连续出台“三大球”振兴新政策、新办法，从扶持职业俱乐部到建设青训中心，从赛事体系完善到对人才输送进行奖励，条条举措靶向精准。中国足球（北方）训练基地落户大连，省级青训中心落地柏叶基地，沈阳、大连等地青训中心遍地开花；“辽小虎杯”沈大青少年足球对抗赛

连年举办，覆盖U10至U17八个组别；“辽超”及大连甘井子超级联赛等社会足球赛事蓬勃开展。

目前，全省每年超千名青少年球员接受专业训练，为足球振兴筑牢人才基石。“职业足球是龙头，社会足球是根基。”辽宁省足球运动中心副主任王亮一语中的，“辽超”如火如荼，谋划中的“东北超”更将激活区域足球资源，让足球运动扎根群众，赋能促消费、多产业融合发展。”

省体育局相关负责人表示，辽宁是体育大省、足球大省，近年来始终坚持以更高站位、更大格局、更宽视野谋划辽宁足球振兴发展，将其作为辽宁体育必须担起的历史使命。当前，正规化并推进一揽子举措，包括校园足球、精英青训、职业足球、社会足球、足球产业、足球文化及政策保障等系列举措。

该负责人表示，辽宁将加大投入，完善青训体系，建立更多青少年足球训练基地，举办更多青少年足球赛事，紧紧抓住人才培养这个核心环节，力求多出优秀人才。国际化人才，将辽宁打造成为全国足球改革发展的前沿阵地和重要的人才培养输送基地。

一鼓作气 U23国足全力冲冠

本报记者 赵博文

随着主裁判吹响终场哨，U23国足的小伙子在球场一边飞奔一边庆祝。1月21日凌晨，U23国足以一场3:0的大捷再创新高，首次晋级U23亚洲杯决赛。

在沙特的这半个月，对U23国足来说是一段美好的历程。在未被看好的情况下，小伙子们一球一球争，一场一场拼，创造了令人热血沸腾的“第四档奇迹”。如今，他们面前只剩下最后一关——与日本队争夺本届赛事的冠军。

作为第四档球队，U23国足能走到决赛出乎许多人意料，有人将中国队战绩好归结为“运气好”，但看过之前的比赛不难发现，U23国足挺进决赛绝对不是“运气好”就能简单概括的。5场比赛下来，U23国足队员在战术执行上十分到位，完全适应了主教练安东尼奥的532战术体系，加上门将李昊28次成功扑救的神勇表现，打造了一条坚不可摧的防线，创造了常规时间“零失球”的佳绩。

如果认为主教练安东尼奥只会提高球队的防守能力，那就太片面了。与越南队的半决赛，安东尼奥展现出极佳的应变能力：先是在阵容上作出大幅轮换，将王钰栋、拜合拉木等球员安排在

替补席，又在越南队选择收缩战术时让U23国足球员掌握场上的控制权。而在下半场中国队连进两球确立优势后，安东尼奥又让球队采取稳固防守、伺机反击战术。球队上下临场应变能力极为出色，也是U23国足杀入决赛的一大原因。

即将到来的决赛，将是一场不折不扣的“矛盾之争”。这支U23国足是该项赛事历史上第三支以零失球战绩晋级决赛的球队，日本队则在前五场比赛中打进12球，是本届赛事进球最多的球队。除进球外，日本队在助攻、射门、射正、关键传球等多项数据上都位居本届赛事榜首。

众所周知，中国足球经历了相当长时间的低谷期，日本足球则进步明显，俱乐部队和国家队战绩不俗。不过足球是圆的，实力强的球队未必一定赢。只要终场哨没有响起，一切皆有可能。

春山可望，万事可期。在通往决赛的路上，U23国足先后击败了A组、C组和D组的小组头名球队。面对B组头名日本队，如果U23国足将目前的良好势头延续下去，决赛中战术安排得当，球员在场上执行到位，冲冠的愿望就有可能实现。